



„Der Gütige liebt die Berge“

Die Naturbilder als Lehrmeister für Qigong-Übungen

ONLINE Vortrag von PD Dr. Gisela Hildebrand

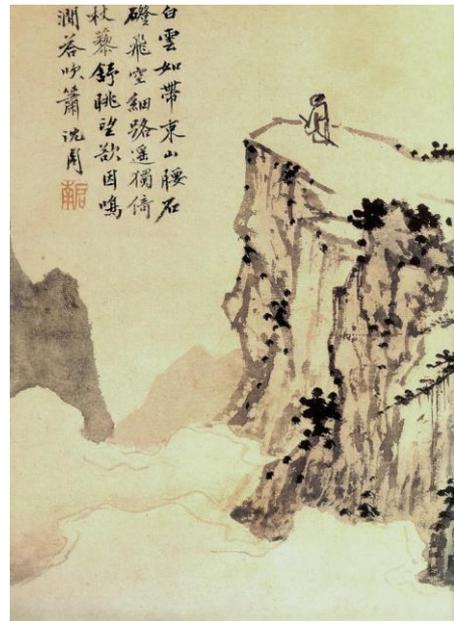
am 17. Oktober 2025 um 18:30 Uhr

Eintritt frei, Spenden willkommen

In den Traditionen des Qigōng 氣功 und Yǎngshēng 養生, den chinesischen Übungen zur Pflege des Lebens, haben Berge eine große Bedeutung. Berge gelten als heilige Räume, sie verbinden Himmel und Erde, sie sind Wohnorte für Gottheiten und Geister, Orte des Rückzugs für Einsiedler und Ziele der Pilger auf der Suche nach dem *dào*; sie gelten als „Knochen der Erde“, als „Wolkensammler“ und sind Vorbild der Gütigen. Zusammen mit dem Wasser sind sie tragendes Element der Landschaftsmalerei, in der die Stellung und Verbundenheit des Menschen in der Welt eindrucksvoll zum Ausdruck kommt.

In zahlreichen Übungen des Qigōng finden sich Eigenschaften, Symbolik und Mythen der Berge – in äußerer Form und vor allem in der die Übungen anleitenden Vorstellungskraft; sie sind Vorbild für Haltungen, Bewegungen und Kraftqualitäten, sie dienen als Inspiration für unterschiedliche Arten von Lebendigkeit und sind Nahrung für die geistige Haltung.

Auch einzelne Berge und die sie umgebenden Legenden wie der Éméishān 峨眉山 („Berg der schön geschwungenen Augenbraue“), Wūdāngshān 武當山, Huángshān 黃山 (Gelbes Gebirge) oder die Mythischen Berge Kūnlún 崑崙 finden sich in Namen und Inhalten von Qigōng-Übungen.



Shēn Zhōu (1427-1509)

Anmeldungen und weitere Informationen:

Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.

www.qigong-yangsheng.de, info@qigong-yangsheng.de

Wir freuen uns über Spenden!

Bankverbindung: IBAN 96 3701 0050 0417 9805 09, BIC: PBNKDEFF, Postbank